Journal of Psychological Perspective
Volume 1 Number 1, 2019: 1 - 13

P-ISSN: 2715-4785
E-ISSN: 2715-4807

Kesabaran Ibu Merawat Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR)

Rita Setyani Hadi Sukirno
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
e-mail: rita.sukirno@uin-suka.ac.id

Abstrak**.** Bayi Berat Lahir Rendah adalah bayi yang lahir kurang dari 2500gram. Merawat bayi BBLR membutuhkan perhatian lebih dibanding dengan merawat bayi dengan berat lahir normal karena BBLR memiliki kerentanan lebih tinggi terinfeksi penyakit, gagal tumbuh organ dan resiko kematian dibanding bayi lahir dengan berat normal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kesabaran ibu dalam merawat bayi BBLR. Desain penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Subjek dalam penelitian ini: lima ibu yang melahirkan dan merawat bayi BBLR. Hasil penelitian menunjukan bahwa kelima subjek mampu bersabar dalam merawat bayi mereka. Kesabaran mereka dilandasi adanya keyakinan pada Allah sehingga membuat semua subjek mampu dengan tabah, gigih dan bersikap tenang dalam merawat bayinya. Kesabaran ibu dalam merawat bayi BBLR ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti: faktor individu, faktor bayi dan faktor lingkungan sosial.

Kata kunci: Kesabaran, Ibu, Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR)

Abstract. Low Birth Weight (LBW) Babies are babies born weighing less than 2500gram. Caring for LBW babies requires more attention than caring for babies of normal birth weight because LBW babies have a greater susceptibility to disease, organ failure and have a higher mortality rate than babies born at normal weight. This study aims to determine the description of the patience of mothers in caring for LBW babies. The design of this research is qualitative research. The results showed that the five subjects were able to be patient in caring for their babies. Their patience is based on a belief in God that makes all subjects able to be steadfast, persistent and calm in caring for their baby. A mother's patience in caring for an LBW baby is influenced by several factors such as: individual factors, infant factors and social environmental factors.

Keywords: Patience, Mother, Low Birth Weight (LBW) Babies

Pendahuluan

Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) merupakan bayi lahir dengan berat badan kurang dari 2500 gram. Tingkat kelahiran bayi BBLR di Indonesia masih cukup tinggi dan angka kematian bayi banyak disebabkan karena BBLR. Bayi BBLR memiliki resiko rentan terhadap penyakit, rentan terjadi kegagalan fungsi organ-organ vital bahkan resiko kematian. Perawatan medis intensif dibutuhkan untuk mengupayakan agar bayi dapat bernapas dengan baik, terjaga suhu lingkungannya, terhindar dari infeksi dan kekurangan cairan atau nutrisi untuk perkembangan tubuhnya, sehingga dapat mencegah dan mengobati terjadinya kegagalan organ-organ vital atau bahkan resiko kematian. (Eny Rahayu D P, 2010; Sofiani et al., 2013; Harnanto, 2016, Padila, Amin, & Rizki, 2018). Ruang perawatan medis intesif untuk bayi baru lahir dinamakan ***Neonatal Intensive Care Unit*** (NICU). Ruang NICU ini khusus disediakan untuk bayi yang baru lahir dan memerlukan pengobatan dan mengurangi resiko kematian. (Brown et al., 1994; Mauthner, 1999; Phoenix et al., 1991; Ussher, 1989; Weaver & Ussher, 1997, dalam Choi, Henshaw, Baker, & Tree, 2005).

Bayi BBLR setelah pulang ke rumah akan banyak dirawat oleh seorang ibu. Merawat bayi BBLR mesti memperhatikan karakteristiknya yang mudah kehilangan panas karena pengaturan suhu tubuh

bayi BBLR belum berfungsi baik. Oleh karenanya, bayi BBLR mesti dijaga agar tidak mengalami hypothermia atau kedinginan. Ibu butuh menjaga suhu tubuh bayi BBLR supaya tetap merasa hangat, dengan tetap menjaga kehangatan lingkungan, memberi penutup kepala bayi, menyelimuti bayi dan sesering mungkin menggendong bayi dengan metode kangguru. Metode menggendong kangguru ini akan membuat kulit bayi bersentuhan langsung dengan kulit ibu yang menggendongnya sehingga bayi merasa lebih hanggat (Sofiani et al., 2013, Margaretha, 2017). Hal lain yang butuh diperhatikan ketika merawat bayi BBLR di rumah adalah bagaimana bayi BBLR mendapat nutrisi yang cukup pada awal kehidupannya. Bayi BBLR sebaiknya dibangunkan setiap dua jam untuk diberikan susu. Kondisi tersebut tentu membuat seorang ibu kurang tidur karena malam hari pun mesti bangun setiap dua jam sekali. Peran ibu dalam merawat bayi BBLR di rumah akan bertambah ketika bayi BBLR-nya memiliki daya hisap yang rendah maka seorang ibu mesti memberikan ASI dengan bantuan sendok. (Proverawati, A. & Sulistyorini, 2014; Nurhidayati & Setianingsih, 2017)

Singer et al., (2010) menyatakan bahwa secara umum seorang ibu akan melakukan adaptasi menghadapi tantangan dan kesulitan selama merawat bayi BBLR-nya. Ibu yang sabar akan mampu mencurahkan banyak waktunya untuk memenuhi kebutuhan bayi dan tetap mampu mengelola waktu untuk mengelola kebutuhannya sendiri. Afiyanti (dalam Nurhidayati & Setianingsih, 2017). Ibu yang sabar akan senantiasa mengharapkan pertolongan Allah yang akan menolongnya melewati segala kesulitan. Sebagaimana Al-Qur`an menyatakan bahwa, ***"cukuplah hanya Allah bagi orang-orang beriman dan Dia menguatkan orang-orang beriman dengan bantuan-Nya."*** Ibu yang bersabar akan senantiasa menyandarkan diri pada pertolongan Allah sehingga mampu untuk tertap tegar menghadapi tekanan sehingga tidak akan putus asa.

Sabar menurut kamus bahasa arab berasal dari kata ***Shabaro*** dan ***Shabaaran*** yang artinya menahan (Warson, 1997 dalam Putri & Lukmawati, 2015). Sabar adalah kemampuan seseorang untuk menahan diri atau mengendalikan diri dari segala keinginan, menerima ujian dengan tawakal, tenang serta tidak tergesa-gesa dalam rangka mencapai tujuan untuk mengharap ridha Allah. Seorang yang sabar akan mampu menahan diri untuk tidak mudah berkeluh kesah dan merintih juga mampu mengendalikan anggota tubuh untuk tidak melakukan tindakan yang merusak. (Lisa, Kintan, Andhini, & Risha, 2015; Al-Jauziyah, 2006) .

Ubaid (2012) lebih lanjut membagi makna sabar menjadi tiga, yaitu : (i) Menahan diri dari berkeluh kesah, seperti ucapan dan prasangka yang buruk. Makna ini berarti bahwa sabar adalah menahan hati dari benci kepada ketetapan Allah dan mencegah lisan dari mengadu. (ii) Menahan lisan dari mengadu, segala macam musibah hendaknya dilakukan hanya mengadu kepada Allah, sebagaimana tedapat dalam ayat Al- Qur"an surat Yusuf ayat 83 dan 86:

(٨٣) قَالَ بَلۡ سَوَّلَتۡ لَكُمۡ أَنفُسُكُمۡ أَمۡرٗاۖ فَصَبۡرٞ جَمِيلٌۖ عَسَى ٱللَّهُ أَن يَأۡتِيَنِي بِهِمۡ جَمِيعًاۚ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلۡعَلِيمُ ٱلۡحَكِيمُ
(٨٦) قَالَ إِنَّمَآ أَشۡكُواْ بَثِّي وَحُزۡنِيٓ إِلَى ٱللَّهِ وَأَعۡلَمُ مِنَ ٱللَّهِ مَا لَا تَعۡلَمُونَ

Artinya: ***"sesungguhnya hanyalah kepada Allah aku mengadukan kesusahan dan kesedihanku maka kesabaran yang baik itulah (kesabaranku)."*** dan ***"....Sesungguhnya hanyalah kepada Allah aku mengadukan kesusahan dan kesedihanku, dan aku mengetahui dari Allah apa yang kamu tiada mengetahuinya."*** (Q.S. Yusuf : 83 dan ***86)***

(iii) Menahan anggota badan melukai diri, seperti menyobek baju ketika menerima musibah, memukul wajah, memukul salah satu tangan dengan tangannya, mencukur rambut dan mendo"akan orang celaka. Namun apabila seorang hamba menerima musibah dengan menangis, maka hal tersebut adalah sabar. Sebagimana Nabi Muhammad bersabda: ***"Sesungguhnya yang berasal dari mata dan hati itu berasal dari Allah dan menjadi rahmat. Sedangkan sesuatu yang berasal dari tangan dan lisan maka itu berasal dari setan."*** (HR. Ahmad).

Menurut teori Al-Ghozali dimensi sabar dibagi dalam dua dimensi yaitu fisik dan psikis. Indikator sabar dalam dimensi fisik dicirikan dengan kemampuan menahan rasa sakit, dan kemampuan memberi makna dalam keadaan fisik apapun. Sedangkan dimensi psikis dari sabar dicirikan dengan: kemampuan menjaga diri, merasa nyaman dengan kondisi apapun, kemampuan menahan diri, berani, santun, lapang dada, menyimpan rahasia, tidak materialis dan menerima apa adanya.kesabaran merupakan yaitu sifat yang dimiliki individu yang tahan menghadapi penderitaan, tidak lekas marah, tidak tergesa-gesa, menahan sakit atau kesusahan, tidak lemah, tidak bersedih hati, dan tidak berputus asa, berpenampilan lembut, kemampuan individu dalam mengendalikan perasaan dan perilaku, bersikap tabah, mengalah, suatu kombinasi sikap mental yang terfokus pada tujuan perubahan yang terukur, kegigihan dalam berjuang, dan tekun (Setiawati, 2009).

Penelitian yang dilakukan (Subandi, 2011) menemukan ada lima aspek kesabaran, yaitu: (i) Pengendalian diri, dimana seorang mampu menahan emosi dan keinginan, berpikir panjang, memaafkan kesalahan, toleransi terhadap penundaan.(ii) Ketabahan yang dicirikan dengan kemampuan bertahan dalam situasi sulit dengan tidak mengeluh. (iii) Kegigihan, dalam arti seorang itu ulet, bekerja keras untuk mencapai tujuan dan mencari pemecahan masalah. (iv) Menerima kenyataan ihlas dan bersyukur, (v) Sikap tenang atau tidak terburu-buru

Setiawati,(2009) Mengungkapkan Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku sabar seseorang yaitu faktor lingkungan, pribadi dan pengalaman. Faktor lingkungan individu yang bersangkutan meliputi keluarga, lingkungan sosial dan masyarakat. Faktor pengalaman, ini berpengaruh karena berkaitan dengan nilai-nilai hidup. Faktor individu merupakan faktor yang berasal dari dalam diri sendiri contohnya adalah kepribadian individu yang bersangkutan.

Berdasarkan latarbelakang permasalahan di atas, maka penulis mengangkat topik penelitian “Kesabaran ibu merawat bayi BBLR”. Peneliti ingin menggali bagaimana seorang ibu yang merawat bayi BBLR dengan berbagai tantangan dan kesulitan mampu untuk tetap bersabar dalam merawat bayinya. Penelitian ini penting untuk dilakukan karena dapat memberikan gambaran bagaimana perjuangan kesabaran ibu dalam merawat bayi BBLR-nya. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat praktis untuk para ibu yang bayinya lahir BBLR. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagaimana kesabaran ibu dalam merawat bayi BBLR, hal apa yang membuat seorang ibu bersabar dan faktor apa saja yang mempengaruhi kesabaran ibu dalam merawat bayi BBLR.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan dan mengolah data yang sifatnya deskriptif, seperti transkrip wawancara, catatan lapangan, gambar foto, rekaman video dan lain sebagainya (Poerwandari, 2013). Teknik pengambilan sampel mengunakan teknik ***snowball***, dalam arti subjek diperoleh dari informasi person ke person**.** Sampel penelitian ini adalah lima ibu yang melahirkan bayi BBLR, kemudian merawat bayi mereka.

Metode pengumpulan data penelitian ini adalah dengan dua cara, yaitu menggunakan wawancara mendalam (***indepth interview***) dan observasi. Fokus dalam penelitian ini adalah menggali bagaimana kesabaran ibu dalam merawat bayi BBLR. Pertanyaan dalam wawancara ini bersifat semi terstruktur untuk menjawab dua pertanyaan penelitian sebagai berikut: (i)Bagaimana gambaran kesabaran ibu merawat bayi BBLR? (ii) Faktor apa saja yang mempengaruhi kesabaran ibu merawat bayi BBLR?

Penelitian ini menggunakan pendekatan analisis tematik. Analisis tematik memungkinkan peneliti untuk menemukan 'pola' atau tema yang tampil secara acak dalam informasi yang tersedia. Setelah dapat menemukan pola, maka peneliti akan mengklasifikasi atau mengkode pola tersebut dengan memberi label, definisi atau deskripsi. (Boyatzis, 1998 dalam Poerwandari, 2013).

Hasil Penelitian

Hasil Temuan Penelitian, berikut ini adalah uraian singkat kondisi kelima subjek:

1. Subjek I

Subjek I berinisial TN berusia 38 tahun. Pendidikan terakhir subjek adalah Sarjana S1. Pekerjaannya sebagai ibu rumah tangga. Suaminya bekerja sebagai karyawan swasta. Tinggal serumah dengan suami dan ibu mertuanya. TN melahirkan secara normal anak pertamanya dengan berat lahir rendah (2,4 kg). Karakter TN adalah seorang yang ambisius, selalu ingin meraih segala keinginan dan cita-citanya. Ketika memiliki keinginan subjek I akan mengupayakan agar keinginannya tercapai. Subjek TN menceritakan bahwa ada rasa sedih dan kecewa ketika melahirkan anak BBLR namun seiring berjalannya waktu TN belajar untuk lebih bersabar dan menerima ketentuan Allah.

TN menceritakan bahwa ketika memiliki anak BBLR, tantangan terbesarnya adalah saat awal kehidupan anaknya. Bayi subjek TN ini sempat keluar masuk rumah sakit pada awal kehidupannya karena gangguan pencernaan sehingga membuat bayinya dehidrasi. TN mengatakan bahwa tantangan terbesar adalah ketika harus merawat anaknya sampai kurang lebih 3 bulan, harus memberikan nutrisi yang cukup untuk bayinya. TN mencoba tabah ketika anak yang baru dilahirkannya sempat keluar masuk rumah sakit.

TN hanya dapat menyusui anaknya sampai usia anaknya tiga bulan karena setelah itu ASI-nya tidak keluar. Setelah tidak menyusui anaknya, ada tetangga TN yang mengatakan bahwa TN tidak mau memberikan yang terbaik untuk anaknya. TN merasa kecewa dengan tetangganya tetapi tetap berusaha sabar dengan tetangganya. TN memiliki kesadaran dan keyakinan bahwa Allah lebih tahu apa yang dilakukannya untuk anaknya. TN menceritakan bahwa sejak lahir, anaknya tidak mau menyusu langsung dari payudaranya karena daya hisap bayinya lemah sehingga dia butuh berjuang agar asap bayinya lemah sehingga dia butuh berjuang agar anaknya tetap mendapat asupan nutrisi ASI yang terbaik. TN melakukan pumping ASI dan memberikan asinya dengan disendoki.

2. Subjek II

Subjek II berinisial CI, berusia 32 tahun. Pendidikan terakhir CI adalah Sarjana S1. Subjek merupakan ibu rumah tangga yang terkadang menerima pesanan snack makanan kecil. Suami CI bekerja sebagai Pegawai Negeri Sipil berbeda kota dengannya. CI tinggal serumah dengan bapak dan ibu kandungnya. CI melahirkan bayi BBLRnya yang merupakan anak ketiganya secara caesar. Bayinya lahir dengan berat lahir (2,2 kg). Anak pertama CI berusia 7 tahun dan anak keduanya sudah meninggal karena leukimia. Karakter CI sebagaimana diungkapkan oleh ibunya, sejak kecil sudah terbiasa sabar. CI adalah anak yang biasa mengalah dengan adik-adiknya.

CI baru dapat melihat anaknya yang lahir BBLR setelah 5 hari dilahirkan karena setelah CI melahirkan anaknya langsung dirujuk ke rumah sakit yang memiliki NICU. Saat bayinya di NICU, subjek merasa sangat sedih namun tidak pernah mengeluhkan pada orang lain bahkan tidak pada orangtuanya sendiri. CI hanya mengeluhkan kesedihannya pada Allah dalam setiap doanya. CI mulai menerima kenyataan bahwa anaknya BBLR dan harus dirawat di NICU karena memiliki keyakinan bahwa melahirkan anak BBLR itu sudah ketentuan Allah.

Meski memiliki keyakinan bahwa melahirkan anak BBLR itu sudah ketentuan Allah, namun CI tetap berjuang gigih untuk mengupayakan yang terbaik untuk bayinya. Bahkan saat CI mengetahui bahwa bayinya mengalami kelainan hormon dan gangguan kelenjar tiroid, dirinya gigih mencari informasi medis tentang konsisi bayinya. CI juga gigih berjuang mengelola dirinya untuk mendampingi bayinya mendapatkan pengobatan dan terapi demi kesehatan dan perkembangan bayinya.

3. Subjek III

Subjek III berinisial NR berusia 25 tahun. Pendidikan terakhir SLTA. Subjek merupakan ibu rumah tangga dan melakukan bisnis online. Suaminya bekerja wirausaha membuka usaha las. Tinggal serumah dengan suami, kakak ipar dan ibu mertua. NR ini melahirkan secara normal anak keduanya yang lahir dengan berat lahir (2,0 kg). Saat melahirkan anak kedua, anak pertamanya berusia 3 tahun. NR adalah pribadi yang selalu menjalani hidupnya dengan apa adanya, menurut subjek hidup tinggal dijalani saja dengan santai tidak perlu dibuat menjadi beban.

NR mengatakan pada peneliti bahwa dirinya kecewa ketika anaknya lahir sebelum waktunya. Bayi subjek NR dilahirkan saat usia kehamilan masih 35 minggu. Setelah dilahirkan, bayi subjek NR ini langsung dibawa ke NICU sehingga subjek tidak diberi kesempatan Inisiasi Menyusui Dini (IMD). Bayi subjek NR ini berada di NICU dan sempat dimasukkan dalam inkubator. Subjek NR merasa sangat sedih ketika bayinya kondisinya sempat ngedrop dan sampai di masukkan dalam inkubator.

Subjek NR menceritakan ketika dirinya melahirkan kebetulan suaminya sedang mendapat pekerjaan di luar kota. NR merasa beruntung ketika ada kakak ipar yang membantunya memberi support. NR menyatakan, ketika melahirkan bayi BBLR dan harus dirawat di NICU maka hal yang butuh dikelola adalah masalah biaya, NR juga menceritakan bahwa dia mesti mengurus BPJS anaknya yang baru lahir agar mendapat keringanan biaya.

4. Subjek IV

Subjek IV berinisial ST, berusia 29 tahun. Pendidikan terakhir Sarjana. Pekerjaan subjek adalah ibu rumah tangga. Suami ST bekerja sebagai wirausaha. Subjek melahirkan anak pertama secara caesar dengan berat lahir bayinya 2,4 kg. ST tinggal serumah dengan suami, ibu kandungnya dan kakak iparnya. Sebelum memiliki bayi, karakter ST adalah pribadi yang memiliki ambisi tinggi untuk mendapatkan keinginannya.

ST tidak pernah memikirkan bahwa dirinya akan memiliki bayi BBLR karena selama kehamilannya tidak ada masalah. ST menceritakan bahwa memiliki anak BBLR itu butuh sabar. ST sempat merasa panik dan bingung bahkan ikut nangis saat bayi rewel. Namun, menurut ST peran ibunya dan kakak iparnya sangat membantunya untuk bersabar dalam merawat bayinya.

ST merasa banyak belajar dari ibunya dan kakak iparnya untuk bersabar mengelola keinginan maupun emosinya. Menurut ST, tantangan terbesar ibu dengan bayi berat lahir rendah adalah bagaimana mengejar ketinggalan berat badannya. Tantangan memberikan nutrisi yang terbaik untuk bayinya agar bisa mengejar ketinggalan berat badannya dibandingkan dengan bayi yang normal seusianya. ST berhasil dengan sabar memberikan ASI nya sampai usia bayi 2 tahun.

5. Subjek V

Subjek V berinisial MN, berusia 27 tahun. Pendidikan terakhir Sarjana S2. Pekerjaan subjek adalah ibu rumah tangga. Suami MN bekerja sebagai karyawan swasta. MN melahirkan anak pertama secara caesar pada usia kehamilan 32 minggu karena mengalami preeklamsia hingga dirinya mengalami kebutaan sementara sampai kurang lebih sebulan setelah melahirkan. MN tinggal serumah dengan suami dan ibu kandungnya.

MN merasa bersyukur meski anaknya lahir BBLR dan mesti dirawat di NICU. MN menceritakan bahwa sejak awal kehamilannya, dia sudah mengalami beberapa kali pendarahan dan setelah usia

kehamilan mulai 5 bulan dirinya mengalami preeklamsia. Setelah melahirkan, bayinya langsung dirawat di NICU. Bayinya dirawat di NICU sampai kurang lebih satu bulan, sehingga saat MN sudah diijinkan pulang, bayinya tetap masih dirawat di NICU.

Meskipun MN mengalami kebutaan sementara namun tetap mengupayakan untuk tetap memberikan ASI untuk bayinya. Dengan kegigihannya, MN mempumping ASI nya dan memberikan kesuaminya untuk mengirimkannya ke rumah sakit untuk diberikan lewat selang sonde. Menurut MN suaminya sangat membantunya dalam merawat bayinya. Namun, mengenai keinginan untuk memberikan ASI ekslusif tidak tercapai, bayinya hanya minum ASI sampai usia 5 bulan. Menurut MN ketidakberhasilannya memberikan ASI ekslusif juga dipengaruhi karena suami dan ibu kandungnya. Pada saat pumping ASI MN sedikit, bayi masih rewel maka bayinya diberi susu formula oleh suaminya.

Analisis Data

Berdasarkan hasil analisis data temuan penelitian diperoleh dua tema, pertama tema tentang gambaran kesabaran ibu merawat bayi BBLR dan faktor-faktor yang mempengaruhi kesabaran ibu. Berikut hasilnya:

1. Tema gambaran kesabaran, terdapat beberapa sub tema:

a) Menerima ketentuan Allah, kenyataan bahwa anaknya BBLR, muncul pada lima subjek

“...semua sudah ketentuan-Nya. Kita harus menerima..” (Subjek 1)

“... tapi BBLR ini sudah ketentuan ALLAH.. diterima saja kan” (subjek 2)

“....ya sudah..Alhamdulillah.. ketentuan ALLah..” (Subjek 3)

“Anakku lahir BBLR sudah ketentuan-Nya..” (subjek 4)

“ya.. perjuangan melahirkan bayi BBLR... semua sudah Allah atur..” (subjek 5)

b) Mengendalikan emosi dan keinginan, muncul pada semua subjek

“..saat asi saya tiba-tiba tidak keluar.. saya rasanya sedih.. marah tidak karuan ... untungnya saya pernah belajar mengelola emosi dengan latihan nafas saat latihan yoga saat hamil..” (subjek 1)

“...saat anak langsung dirujuk ke rumah sakit yang ada NICU-nya. Emosi dan keinginan untuk dekat dengan anak harus dikelola...(subjek 2)

“ya.. memang harus menyadari bahwa tidak semua keinginan kita itu bisa dipenuhi mbak... “ (subjek 3)

“tantangan sabar adalah mengelola harapan kita.. lahir BBLR kan tidak sesuai harapan kita ya..” (subjek 4)

“saat melahirkan ya pengen lahir normal sebenarnya tapi.. sudahlah syukuri saja anak lahir selamat meski butuh perawatan” (subjek 5)

c) Tabah, muncul pada subjek: semua subjek

“Rasa hati melihat anak di NICU itu tidak karuan mbak.. tapi sebagai ibu saya merasa harus tegar mbak.. bagaimana saya merasa mesti kuat untuk anak saya...” (subjek 1)

“... sakit fisik bekas operasi caesar dan kegalauan hati kuabaikan agar tetap bisa terlihat netral dan harus bahagia dihadapan anakku...” (subjek 2)

“saat ada tindakan medis mbak... anak sakit aku mesti kuat mbak.. ra tego sebenere tapi dikuatkan demi anak” (Subjek 3)

“ketika ada tetangga komentar kok kecil ya bayinya.. ya mau nangis tapi tak tahan.. harus kuat” (subjek 4)

“saat melahirkan bayi BBLR saya sendiri juga caesar terus mengalami kebutaan sementara.. harus kuat demi anak” (subjek 5)

d) Gigih, muncul pada semua subjek

“Saya harus ekstra keras mengelola aktifitas kehidupan saya saat itu. Bolak balik rumah sakit saya lakukan dan saya kadang tidak pulang untuk menunggui anak saya di rumah sakit...” (subjek 1)

“kalau kita tidak aktif tanya perkembangan anak kita pada dokter terkadang informasi medis tidak kita dapat mbak...” (subjek 2)

"ujian saat di NICU.. masalah biaya karena anakku yang ke dua kan selama hamil belum kudaftarkan BPJS.. nah itu yang membuatku harus gigih berjuang mencari BPJS agar bisa lebih mudah pengurusan keuangannya" (subjek 3)
"anakku dulu di awal susah nyusu langsungnya.. tapi kucoba terus alhamdulillah sampai dua tahun ASI meski kadang tambah formula" (subjek 4)
"sebelum akhirnya memutuskan memberi susu formula.. saya ya gigih mencoba memberi asi saya" (subjek 5)

e) Tenang, tidak buru-buru dalam bertindak, muncul pada semua subjek

"tantangan ketika memberikan asupan nutrisi buat bayi BBLR.. saat anak tidak mau meminum air susu ibu langsung dari payudara kita. Butuh disuapi dengan sendok dan kita tidak boleh terburu buru dalam menyuapinya agar tidak tersedak.." (subjek 1)
"... ya merawat bayi prematur dan BBLR itu butuh tenang mbak.. semua harus telaten dan sabar....banyak tantangan pada satu tahun pertama kehidupannya.. " (subjek 2)
"Kalau aku tu mbak...kuncinya itu jangan sampe kita stress menghadapi anak.. dibuat tenang saja mbak...kalau tenang malah asi kita itu lancar..." (subjek 3)
"kesabaran itu penting banget lho.. kalau gak sabar bisa melakukan sesuatu dalam merawat anak buru buru bisa membuat anak terluka" (subjek 4)
"kalau saya sih tenang mbak soalnya banyak support dari keluarga terutama dari suami" (subjek 5)

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesabaran ibu, memunculkan sub tema:
   a) Faktor pribadi ibu, terdiri dari:
      (1) Karakter/ pribadi ibu, indikator tampak pada semua subjek
      "saya sebenernya orangnya itu tidak bisa santai dan diam saja mbak.. saya itu kalau punya keinginan pasti ya tak usahakan semampu saya tercapai sesuai keinginan saya.. tapi masalah kondisi anak saya membuat saya belajar sabar mbak. (subjek 1)
      "saya itu biasanya kalau ada masalah ya saya banyak nangis.. terus saya pasrahkan saja mbak semua ke Allah.. (subjek 2)
      "Kalau saya itu ngadepi masalah itu santai dari dulu.. jalani saja" (subjek 3)
      "sebelum punya anak saya ingin semua terpenuhi sesuai keinginan saya.. setelah punya anak saya akan tenang ketika melihat anak.. semua kecewa seperti hilang" (subjek 4)
      "saya itu dari dulu mengembangkan keyakinan bahwa semua itu Allah yang memberikan jadi santai saja" (subjek 5)
      (2) Pengalaman dan ketrampilan ibu, indikator tampak pada subjek 1 dan 3
      "pengalaman saat latihan relaksasi di puskesmas yogya... saya diajari bagaimana melakukan pernapasan yang benar sebelum melahirkan.. itu berpengaruh sekali mbak... paling tidak saya bisa lebih mengelola emosi saya..". (subjek 1)
      "Saya santai mbak.. anak pertama saya juga lahir BBLR sekarang sehat.. jadi saya lebih tenang untuk anak ke dua ini.." (subjek 3)
   b) Faktor kondisi bayi, indikator tampak pada subjek 1, 2, 3, 4 dan 5
      "Rewel itu kalau pas diimunisasi mbak.. habis imunisasi biasanya rewel.. kalau badanya enak sehat lebih mudah mengasuhnya mbak..." (subjek 1)
      " saat masih minum asi saja mbak... perjuangan membangunkan anak itu.. beda dengan saat sudah mp asi... sudah tidak tidur terus" (subjek 2)
      "repot dan butuh sabar itu saat awal awal usia anak sampai tiga bulanan ya.. masih harus telaten dalam memberi asupan asi buat dedek.. (subjek 3)
      "kalau sudah MP asi lebih mudah kasih nutrisinya tidak hanya dari ASI kita" (subjek4)
      "saat bayi masih di NICU itu khawatir kalau terjadi hal yang buruk" (subjek 5)

c) Faktor lingkungan

(1) Support keluarga dekat, contoh indikator tampak pada subjek 1, 2, 4 dan 5, berikut:

“.. di sini peran suami saya menemani dalam merawat anak saya saya butuhkan... biar bisa gantian jagain adik....dan membuat saya lebih tenang mbak kalau ditemani” (subjek 1)

“Ada ibu dan bapak yang membantu saya mbak..., terlebih ketika bapak mengataan kalau nangis terus seperti tidak percaya pada Tuhan.. saya jadi sadar mbak.. mesti tabah” (subjek 2)

“setelah pulang ke rumah.. saya bingung saat anak nangis terus di malah hari.. beruntung ada kakak ipar saya yang membuat saya bisa menghandle anak saya” (subjek 4)

“Saat saya belum bisa menghandle sepenuhnya merawat anak saya karena mengalami buta sementara.. saya bersyukur ada suami yang tlaten mendampingi” (subjek 5)

(2) Kehadiran tenaga medis, contoh indikator tampak pada subjek 2 dan 3, berikut:

“dokter memberikan penjelasan tentang karakteristik bayi BBLR yang diawal kehidupannya banyak tidur, itu membuat saya sabar untuk membangunkannya setiap dua atau tiga jam sekali agar bayi saya tetap dapat nutrisi yang cukup” (subjek 2)

“Saya itu sempat bingung mbak.. saat seminggu pertama di rumah anak saya tidak naik berat badanya. Terus bidan menjelaskan tentang bagaimana cara menyusui yang benar untuk bayi BBLR.. itu sangat membantu mbak.. membuat lebih tenang (subjek 3)

(3) Kehadiran orang lain/tetangga

“Tetangga sempat mengatakan bagaimana bayinya mau gemuk kalau tidak dikasih ASI, memberikan yang terbaik untuk anaknya saja tidak mau” (subjek 1)

“tetangga malah mensupport saya ketika bayi saya kecil..” (subjek 2)

“ketika ada tetangga komentar kok kecil ya bayinya.. ya mau nangis tapi tak tahan.. harus kuat” (subjek 4)

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan gambaran bahwa pada ibu yang terlibat dalam penelitian ini, mereka melahirkan bayi dengan berat lahir rendah mereka mampu bersabar untuk merawat bayinya. Kesabaran ibu yang merawat BBLR ditunjukkan dengan kondisi ibu dalam beberapa tema berikut ini:

1. Menerima Ketentuan Allah, Kenyataan bayinya lahir dengan Berat Lahir Rendah

   Hasil penggalian data pada lima subjek didapatkan bahwa semua subjek dalam penelitian ini bersabar dengan menerima kenyataan kondisi anak yang lahir dengan berat lahir rendah. Pada awal mereka mengetahui bayinya BBLR Kelima subjek tetap merasakan beberapa emosi negatif seperti sedih, ataupun kecewa tapi keimannannya kepada Allah yang membuatnya yakin akan ketentuan Allah membuat mereka tetap kuat bersabar. Ubaid (2012) juga menjelaskan bahwa ketika seseorang sabar maka dia akan ketetapan Allah, menjadikan hatinya tidak benci dan tidak berprasangka buruk pada ketetapan Allah.

2. Mengendalikan emosi dan keinginan diri selama merawat bayi BBLR

   Pada penelitian ini, lima ibu yang merawat bayi BBLR terlihat membutuhkan kemampuan untuk dapat mengendalikan emosi dan keinginan diri selama merawat bayi BBLR. Subjek 2 dan 3 dalam penelitian ini menyatakan bahwa mereka butuh bersabar dalam mengelola emosi mereka untuk bisa memberikan asi ekslusif pada bayi mereka namun karena asi mereka tidak banyak sehingga anak mereka mesti diberi tambahan susu formula. Pengendalian emosi juga diperlukan berkaitan dengan bagaimana mereka menghadapi orang lain, subjek 1 merasa butuh bersabar ketika sebenarnya ingin marah ketika ada tetangga yang mengatakan hal yang tidak menyenangkan karena subjek 1 tidak dapat memberikan ASI pada anaknya. Sebagaimana hasil

penelitian Subandi (2011) yang memaparkan bahwa pengendalian diri merupakan keadaan dimana seorang mampu menahan emosi dan keinginan, berpikir panjang, memaafkan kesalahan, toleransi terhadap penundaan.

3. Tabah, menahan rasa lelah dan sakit demi bayinya

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa seorang ibu itu memiliki rasa tabah untuk berjuang demi anak. Para ibu berusaha tetap kuat dan tidak merasakan sakit ataupun lelah demi anak. Inilah gambaran kesabaran yang ditunjukkan dengan ketabahan. Ketabahan mereka mesti ada ketika mereka berhadapan dengan anak, mereka merasa mesti kuat, tegar, dan terus menunjukkan rasa senang, bahagia dihadapan anak meskipun sebenarnya hati mereka merasa rapuh dan sedih. Sebagimana diungkapkan oleh subjek satu dan tiga yang merasa tidak tega melihat tindakan medis pada anaknya tetapi dikuatkan karena ingin mendampingi anaknya. Sedangkan subjek dua merasa butuh mengabaikan rasa sakit fisik pasca caesar demi dapat bertemu dengan anaknya. Tabah menurut Lisa et al., (2015) adalah menggambarkan bagaimana kemampuan seseorang untuk tetap pada tujuan dan kuat menghadapi berbagai tantangan.

4. Gigih mengusahakan yang terbaik untuk bayinya

Kesabaran ibu dalam merawat bayi BBLR tidak hanya berhenti pada sikap menerima kenyataan bahwa bayinya BBLR, namun para ibu juga gigih untuk mengusahakan yang terbaik bagi anaknya. Sebagaimana subjek 2 yang gigih mengabaikan lukanya pasca caesar untuk tetap bisa mendampingi anaknya saat dirawat di NICU. Subjek 4 juga terus dengan gigih mengupayakan pemberian ASI untuk anaknya. Sebagimana dikemukakan oleh Subandi, (2011) bahwa seorang yang gigih akan bersikap ulet, mau untuk bekerja keras demi mencapai tujuan dan jalan keluar dari masalah yang dihadapinya.

5. Tenang dalam merawat anaknya

Kesabaran ibu juga diwujudkan dalam sikap tenang, tidak terburu-buru dalam bertindak, karena mereka menyadari bahwa kalau mereka tidak tenang akan berdampak tidak baik bagi ibu dan bayinya. Sebagaimana subjek 2 mengatakan kalau kemrungsung atau tidak tenang maka akan berdampak pada produksi asi yang tidak baik. Subjek 1 menceritakan bahwa kalau tidak tenang dalam memberi asupan nutrisi di awal kehidupan bayi bayi bisa tersedak. Lisa et al., (2015). Sikap tenang berarti seseorang bersikap tidak terburu buru dalam melakukan usaha demi untuk mencapai tujuannnya.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesabaran ibu yaitu kondisi ibu, kondisi bayi dan faktor lingkungan. Berikut penjabarannya:

1. Kondisi Ibu, faktor yang berkaitan dengan kondisi ibu ini berkaitan dengan karakter/ kepribadian ibu, pengalaman juga keterampilan ibu.

   Subjek dalam penelitian ini memiliki karakter yang berbeda-beda. Ada subjek yang memang sudah terbiasa sabar seperti subjek 2, 3 dan 5. Sedangkan subjek 1 dan subjek 4 merupakan individu yang memiliki ambisi yang tinggi meraih keinginannya, namun begitu memiliki anak mereka merasa butuh mengendalikan keinginannya dengan bersabar. Subjek 1 merasa pengalaman relaksasi yang dilakukan saat hamil membantunya untuk bersikap lebih tenang dan santai. Sedangkan subjek 4 mengatakan bahwa ketika memiliki keterampilan dan pengetahuan bagaimana merawat bayi yang diperoleh dari kakak ipar dan ibunya membuat subjek 4 lebih bisa tenang dan bersabar.

2. Kondisi Bayi

   Bayi yang sakit dan bayi yang sehat tentu akan berbeda perawatannya. Bayi BBLR tentu memiliki karakteristik lebih rumit perawatannya dibandingkan dengan bayi lahir normal.

Meskipun tidak semua bayi lahir BBLR mesti mendapatkan perawatan intensif di NICU, tetapi bayi BBLR pada awal kehidupannya banyak tidur sehingga membutuhkan upaya dari pihak yang merawatnya untuk tetap memastikan bahwa ada asupan nutrisi yang masuk pada bayi sehingga bayi tidak sampe mengalami dehidrasi atau mengalami sakit (Proverawati, A. & Sulistyorini, 2014).

Subjek penelitian ini juga memiliki bayi BBLR yang tidak semuanya mesti dirawat di NICU pasca dilahirkan. Bayi dari subjek 1 dan subjek 4 begitu lahir tidak mesti dirawat di NICU, sedangkan bayi dari subjek 2, 3 dan 5 mesti dirawat di NICU pasca dilahirkan. Ibu dari bayi yang mesti dirawat di NICU merasa lebih memerlukan pengelolaan kesabaran saat bayinya di NICU dibandingkan saat bayinya sudah pulang ke rumah. Ada rasa khawatir seperti diungkapkan subjek 5 yang menyatakan bahwa saat anaknya di NICU merasa sangat khawatir terjadi hal buruk pada anaknya. Perawatan bayi yang tidak mudah naik berat badan dan mengalami hambatan dalam perkembangan juga membuat ibu mesti lebih gigih mengupayakan suplemen nutrisi dan terapi tumbuh kembang untuk anaknya sebagaimana diungkapkan oleh subjek 3.

Secara umum, ibu merasa butuh sabar ketika anaknya sakit ataupun ketika bayinya masih belum mendapatan makanan tambahan selain asi. Ibu mengungkapkan bahwa ketika anak sakit ibu butuh lebih bersabar dan tabah melihat kondisi anaknya. Ibu juga dituntut untuk gigih berjuang mencari jalan untuk kesehatan anaknya.

3. Lingkungan Sosial

Dukungan dari orang terdekat ibu dan lingkungan sosial ibu ini akan sangat berpengaruh pada ibu dalam merawat bayinya. Ketika seorang ibu mendapatkan dukungan dari orang terdekatnya dan lingkungan sosialnya maka akan mengurangi resiko adanya ***post partum blues***.(Nurhidayati & Setianingsih, 2017). Penelitian ini mengungkapkan bahwa support yang diperoleh ibu dari keluarga, tenaga medis maupun orang lain. Berikut penjabarannya:

a) Keluarga (suami atau keluarga terdekat)

Keluarga adalah bagian terdekat dari diri kita yang memberi dukungan utama ketika kita mengalami permasalahan. Penelitian terdahulu seperti penelitian Rahayu, (2010) maupun penelitian Wattimena, Susanti, & Marsuyanto (2012) menjelaskan bahwa dukungan suami dan keluarga merupakan pemberi support utama bagi seorang ibu dalam merawat bayinya. Penelitian ini juga mengungkap bahwa kelima subjek dalam penelitian ini, merasakan bahwa kehadiran keluarga membuat mereka lebih terbantu dalam merawat bayinya sehingga membuat mereka lebih mampu bersabar dalam merawat bayinya.

b) Tenaga medis

Tenaga medis, seperti dokter dan perawat ataupun bidan merupakan tenaga profesional yang akan membantu ibu dalam merawat kesehatan bayinya. Penelitian terdahulu (Ningsih & Setiawan, 2018) perlu memberikan dukungan pada ibu yang melahirkan bayi BBLR agar para ibu mampu merawat bayinya dengan bayi. Penelitian ini juga mengungkap bahwa tenaga medis merupakan pihak yang mempengaruhi kesabaran ibu merawat bayi BBLR. Subjek 3 merasa beruntung karena mendapat nasehat dari bidan tentang bagaimana upaya agar bayi BBLR nya dapat naik berat badannya secara optimal.

c) Kehadiran orang lain

Kehadiran orang lain seperti tetangga juga mempengaruhi kondisi kesabaran ibu. Penelitian ini mengungkap bahwa kehadiran tetangga mempengaruhi kondisi perasaan ibu. Ketika tetangga atau orang lain memberikan komentar negatif tentang kelahiran bayi BBLR membuat seorang ibu merasa tidak nyaman. Pada subjek 1dan 4 mendapatkan komentar

negatif dari tetangganya hal ini menjadi sumber rasa tidak nyaman sehingga butuh mengelola emosi dan kesabaran mereka. Sedangkan subjek 2 tetap merasa nyaman dengan tetangganya karena tetangganya tidak memberikan komentar negatif meskipun bayinya lahir dengan berat lahir rendah. Kondisi ini menunjukkan kehadiran tetangga yang dapat empati akan mempengaruhi ibu untuk lebih mudah bersabar dalam merawat bayinya yang BBLR.

Kesimpulan

Penelitian ini telah memberikan gambaran bagaimana kesabaran ibu merawat BBLR. Lima ibu yang merawat bayi BBLR yang terlibat dalam penelitian ini semuanya mampu bersabar merawat bayinya. Sumber utama kesabaran ibu adalah karena mereka memiliki keimanan, keyakinan bahwa kondisi bayinya lahir BBLR karena sudah merupakan ketentuan Allah. Keyakinan pada ketentuan Allah ini membuat masing-masing dari mereka mampu mengelola emosi dan keinginannya sehingga tetap sabar, tabah dan gigih dalam merawat bayi mereka. Penelitian ini juga mengungkap bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesabaran ibu merawaat bayi BBLR, yaitu faktor individu (kepribadian/ karakter ibu, pengalaman dan keterampilan ibu), kondisi bayi dan faktor lingkungan sosial.

Saran

1. Bagi Subjek penelitian ini (ibu yang melahirkan dan merawat bayi BBLR)
   Bagi para ibu, khususnya ibu yang melahirkan bayi BBLR diharapkan terus meningkatkan kesabarannya dalam merawat bayinya. Peneliti berharap para ibu terus meningkatkan keyakinan pada ketentuan Allah sehingga mampu terus bersemangat merawat bayinya dengan telaten dan gigih demi perkembangan dan kesehatan bayinya.
2. Bagi Tenaga Medis
   Penelitian ini menunjukkan bahwa peran tenanga medis diperlukan untuk memberi support dan ilmu pada para ibu yang melahirkan bayi BBLR. Peneliti berharap agar tenaga medis mampu bersabar dalam mendampingi ibu yang melahirkan BBLR.
3. Bagi Masyarakat Luas
   Peneliti berharap agar masyarakat luas tidak mengeluarkan statement yang melukai hati ibu dari bayi BBLR. Masyarakat sebaiknya memberikan support dan empati mereka kepada ibu yang melahirkan bayi BBLR.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
   Hasil penelitian ini telah mampu mengungkap bagaimana keimanan menjadi dasar bagi ibu untuk bersikap sabar. Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan untuk mengembangkan ranah kajian kesabaran dari perspektif psikologi. Peneliti selanjutnya silahkan mengembangkan penelitian ini dengan lebih spesifik mengkaitkan hubungan kesabaran ibu merawat bayi BBLR dengan variabel tertentu secara spesifik, misalnya kesabaran dengan support sosial.

Daftar Pustaka

Choi, P., Henshaw, C., Baker, S., & Tree, J. (2005). Supermum, superwife, supereverything: Performing femininity in the transition to motherhood. ***Journal of Reproductive and Infant Psychology***, ***23***(2), 167–180. https://doi.org/10.1080/02646830500129487

Eny Rahayu D P. (2010). Koping Ibu Terhadap Bayi BBLR (Berat Badan Lahir Rendah) yang menjalani perawatan intensif di ruang nicu. ***Skripsi***. Semarang: Program Studi Ilmu Kepertawatan Fakultas Kedoketeran Universitas Diponegoro

Harnanto, A. M. (2016). Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stress Orangtua Pada Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) Yang Dirawat di Unit Perawatan Intensif Neonatus RSUG Moewardi Surakarta.J***urnal Keperawatan Global***, Volume 1, No2, Desember 2016 hlm 55-103P

Kartono, K, (2007). ***Psikologi Wanita: Mengenal Wanita Sebagai Ibu & Nenek.*** Bandung: Penerbit Mandar Maju

Lisa, W., Kintan, M., Andhini, F., & Risha, W. (2015). Kesabaran Ibu Bekerja Dalam Mengasuh Anak Hiperaktif Di Sdn Putraco-Indah. ***Psympathic***, ***2***(2), 169–174.

Margaretha, S. L. (2017). Metoda Kanguru pada Perawatan Bayi Berat Lahir Rendah. ***Sari Pediatri***, ***8***(3), 181. https://doi.org/10.14238/sp8.3.2006.181-7

Ningsih, W. S., & Setiawan, S. (2018). Pengalaman Ibu Usia Remaja Dalam Merawat Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) Di Kota Medan: Studi Fenomenologis. ***Talenta Conference Series: Tropical Medicine (TM)***, ***1***(1), 53–58. https://doi.org/10.32734/tm.v1i1.61

Nurhidayati, I., & Setianingsih. (2017). Perilaku Perawatan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di Puskesmas Klaten Tengah Studi Fenomenologi. ***Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta***, ***4***(1), 85–94.

Padila, P., Amin, M., & Rizki, R. (2018). Pengalaman Ibu dalam Merawat Bayi Preterm yang Pernah dirawat di Ruang Neonatus Intensive Care Unit Kota Bengkulu. ***Jurnal Keperawatan Silampari***, ***1***(2), 1–16. https://doi.org/10.31539/jks.v1i2.82

Poerwandari. E.K. (2013). ***Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia***. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi. Universitas Indonesia

Proverawati, A. & Sulistyorini. (2014) ***Berat Badan Lahir Rendah (BBLR).*** Yogyakarta: Nuha Medika

Putri, A. D., & Lukmawati. (2015). Makna Sabar Bagi Terapis (Studi Fenomenologis di Yayasan Bina Autis Mandiri Palembang). ***PSIKIS-Jurnal Psikologi Islami***, ***1***(1), 47–58.

Rahayu, E. (2010). Koping Ibu terhadap Bayi BBLR (Berat Badan Lahir Rendah) yang Menjalani Perawatan Intensif di Ruang NICU (Neonatal Intensive Care Unit) .***Skripsi***. Semarang: Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Setiawati, B. (2009). Kesabaran Anak Dalam Merawat Orang Tua Yang Sakit Kronis. ***Skripsi***. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Singer, L. T., Fulton, S., Kirchner, H. L., Eisengart, S., Lewis, B., Short, E., … Baley, J. E. (2010). Longitudinal predictors of maternal stress and coping after very low-birth-weight birth. ***Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine***, ***164***(6), 518–524. https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2010.81

Sofiani, F., Asmara, F. Y., Keperawatan, J., Kedokteran, F., Diponegoro, U., Keperawatan, J., … Diponegoro, U. (2013). Pelaksanaan Perawatan Metode Kanguru (PMK) Di Rumah.

Subandi, S. (2011). Sabar: Sebuah Konsep Psikologi. ***Jurnal Psikologi***, ***38***(2), 215–227. https://doi.org/10.1108/00251741211227528

Ubaid, U.A. (2018). ***Sabar & Syukur Gerbang Kebahagiaan di Dunia dan Akhirat***. Jakarta: Penerbit Amzah

Wattimena, I., Susanti, N. L., & Marsuyanto, Y. (2012). Women's Psychological Strengths in Breastfeeding. ***Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional***, ***7***(2), 56–62.